

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад № 1 «Геолог»
 _____ Т.Н. Пономарева
 Приказ № 78
 от «31» августа 2020 г.

**План оздоровительной работы
 МБДОУ «Детский сад № 1 «Геолог» на 2020– 2021 учебный год**

№	Разделы и содержание работы	Группа	Сроки	Ответственные
1. Охрана психического здоровья				
1.1.	Применение приемов релаксации (минуты тишины, музыкальные паузы)	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели
1.2.	Применение здоровьесберегающей педагогической технологии музыкального воздействия	Старший дошкольный возраст	Постоянно в течение года	Музыкальные руководители
1.3.	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы, игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций, коррекцию поведения	По запросу	В течение года	Педагог - психолог
1.4.	Музыкотерапия	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели
1.5.	Коррекционно-развивающие занятия в сенсорной комнате	По запросу	В течение года	Педагог - психолог
2. Оздоровление фитонцидами				
2.1.	Включение в меню-питания зеленого лука и чеснока	Все	Постоянно в течение года	Медицинская сестра
3. Рациональное питание				
3.1.	Организация индивидуального питания для детей с нарушением желудочно-кишечного тракта, аллергией	По показанию врача	Постоянно в течение года	Медицинская сестра
3.2.	Отображение в перспективном меню энергетической ценности блюд, макро и микронутриентов	Все	Постоянно в течение года	Медицинская сестра
3.3.	Включение в рацион питания свежих фруктов, овощей, соков	Все	Ежедневно	Медицинская сестра
4. Профилактика заболеваемости				
4.1.	Дыхательная гимнастика в игровой форме	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели
4.2.	Профилактика гриппа, ОРВИ: вакцинация «Грипполом»	Все	Сентябрь, октябрь	Медицинская сестра
4.3.	Витаминизация третьего блюда, витаминизированный отвар (шиповник + изюм)	Все	Постоянно в течение года	Медицинская сестра
5. Организация двигательного режима				
5.1.	Физические упражнения (утренняя гимнастика, физ. занятия,	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели

	прогулка, подвижные и динамические игры)			
5.2.	Гимнастика после дневного сна	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели
5.3.	Активный отдых (развлечения, праздники, игры, забавы, дни здоровья)	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели, муз. руководители, инстр. по физ. воспитанию
5.4.	Пальчиковая, зрительная гимнастика	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели, муз. руководители
6. Закаливание с учетом состояния здоровья				
6.1.	Воздушные ванны (облегченная одежда, соответствующая погоде и сезону)	Все	С мая по сентябрь	Воспитатели
6.2.	Солнечные ванны с чередованием солнце-тень	Все	Июнь-август	Воспитатели, медицинская сестра
6.3.	Увлажнение тела методом дисперсии	Все	Июнь-август	Воспитатели, медицинская сестра
6.4.	Обливание стоп	Все	Июнь-август	Воспитатели, медицинская сестра
6.5.	Прогулки на воздухе	Все	Ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра
6.6.	Хожение босиком по траве	Старший дошкольный возраст	Июнь-август	Воспитатели, медицинская сестра
6.7.	Хожение босиком по дорожкам здоровья в группе после дневного сна, во время проведения оздоровительного часа	Все	Сентябрь - май	Воспитатели
6.8.	Обширное умывание рук по локоть	Все	Июнь - август	Воспитатели
6.9.	Игры с водой	Все	По плану	Воспитатели
6.10.	Полоскание зева бутилированной водой	2 младшие, средние, старшие, подготовительная	В течение года	Воспитатели
7. Лечебно – оздоровительная работа				
7.1.	Диспансерный учет детей с нарушением развития	По показаниям	В течение года	Медицинская сестра
7.2.	Пропаганда здорового образа жизни	Все	В течение года	Воспитатели, медицинская сестра
8. Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушение осанки				
8.1.	Профилактическая гимнастика	Группы оздоровления	В течение года	Инструктор по физ. воспитанию. воспитатели
9. Оптимизация режима дня				

9.1.	Гигиенические и водные процедуры	Все	Постоянно в течение года	Воспитатели
9.2.	Кварцевание, проветривание помещений	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели, пом. воспитателей
9.3.	Обеспечение здорового ритма жизни (применение щадящего и гибкого режима), определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом его индивидуальных и возрастных особенностей	Для всех групп	Постоянно в течение года	Воспитатели, медицинская сестра
9.4.	Организация жизни детей в период адаптации, создание комфортных условий	Все вновь прибывшие дети	Постоянно в течение года	Воспитатели, педагог – психолог
10. Физическое развитие				
10.1.	Антропометрия	Все	Сентябрь, декабрь, март, июль	Медицинская сестра, воспитатели
10.2.	Плантография, выявление нарушения осанки	Старшие, подготовительная группа	Октябрь, май	Медицинская сестра
10.3.	Распределение по группам здоровья	Все	Сентябрь, июнь	Медицинская сестра
10.4.	Медико – педагогический контроль за организацией двигательной активности во время прогулки	Все	В течение года постоянно	Воспитатели, медицинская сестра
10.5.	Наблюдение за нормированием индивидуальных нагрузок по группам здоровья	Все	Постоянно	Воспитатели, медицинская сестра
11. Мониторинг				
11.1.	Мониторинг физического развития	Все	Сентябрь, май	Инструктор по физ. воспитанию, воспитатели
11.2.	Медико – педагогический контроль на занятиях по физ. воспитанию	Все	В течение года	Медицинская сестра, инстр. по физ. воспитанию
11.3.	Оценка результатов состояния здоровья детей присутствующих в ЛОК	Все	Август	Медицинская сестра